

[短報]

メディアの登場人物はどの程度瘦身体型に偏っているのか —2024 年時点での女性の芸能人, K-POP アイドル, YouTuber のインターネット上の BMI 値を対象として—

鈴木公啓

東京未来大学

Bias toward thin bodies in today's media in Japan: An analysis using the BMI of female celebrities, K-pop idols, and YouTubers on the internet in 2024

Tomohiro SUZUKI

Tokyo Future University

Media characters are often portrayed as thin, which is believed to contribute to individuals' dissatisfaction with their own bodies. This study aimed to examine the extent to which female characters in the media are portrayed as thin. The BMI distribution of female celebrities, K-pop idols, and YouTubers was analyzed using data compiled from the internet in 2024. The results indicated a tendency toward lower BMI values compared to the general population. The significance and implications of these findings were discussed.

Keywords: body image, media, BMI

若年女性の体型が痩身に偏っていることの背景として様々な要因が指摘されており、その一つにメディアの影響が挙げられている (Vandenbosch, 2017)。メディアの影響には、メディアの登場人物の体型によるもの、もしくは、メディアにおけるダイエット情報など痩身を喚起するようなメッセージによるものなどがある。

瘦身体型のモデルが女性のボディイメージに及ぼす影響については、これまで実験や調査によって数多く明らかにされてきている。そして、Groesz et al. (2002) のメタアナリシスにより、瘦身体型の刺激との接触がボディイメージにネガティブな影響を及ぼすことが示されており、そこでは社会的比較による検討が重要であることも述べられている。なお、社会的比較の枠組みによる研究は多数おこなわれており、たとえば、Myers et al. (2012) は、外見の上方比較がボディイメージの障害と関連していること、そしてそれは痩身理想の内在化が強い場合に強化されることを示している。

国内においても、瘦身体型のモデルの影響に

についての検討が、数少ないもののおこなわれてきた。たとえば、女性雑誌を見るほど、そして被影響特性が高いほどボディイメージにネガティブな影響があること (小澤他, 2005) が確認されている。また、モデルへの憧憬が痩身願望に影響を及ぼすこと (佐々木, 2012) が明らかにされている。ほかにも、メディアからの痩身プレッシャーを受けているほどダイエット行動をおこなうこと (向井他, 2018) も示されている。このように、メディアの登場人物との接触が、ボディイメージに影響を及ぼしていることは確からしいことのようにである。

その前提としては、メディアの登場人物が、瘦身体型であることが必要となる。もしもメディアの登場人物が肥満体型であれば、見る側は身体不満を感じることもないであろうし、また、憧れたりもしないであろう。あくまでも、目にする人達が理想の瘦身体型であるからこそ成り立つことといえる。

そのため、メディアの登場人物の体型を影響要因として扱う前提として、実際のメディアの登場人物の体型を確認した研究もおこなわれ

* Corresponding author: Tomohiro SUZUKI (E-mail: suzukitmhr0802[at]gmail.com)

ている。たとえば, Sypeck et al. (2006) により, 雑誌 Playboy の真ん中の見開きの女性の体型が, 20 年間でやや痩身から戻っているものの, 依然として一般よりも痩せていることが示されている。とはいえ, 女性向けの雑誌ではないこともあり, 男性の視線を経由した間接的な影響が多少あるにしても, 直接に女性の有するボディイメージに影響を与えているとは言いがたい点には注意する必要がある。女性が目にする雑誌についての分析もおこなわれており, Yan & Bissell (2014) は, 12 カ国の複数のファッション雑誌の登場人物の体型について比較検討し, 地域や雑誌によって差異はあるものの, 全体として瘦身体型であることを明らかにしている。このように海外においては知見がある程度積み重ねられているが, 国内における近年のメディアでの傾向は不明である。また, 近年影響が大きいインターネットにおける傾向についても不明な状況である。

本研究は, メディアが体型不満に影響を及ぼしているという前提としてのメディアの登場人物の体型について, 最近の状況について確認することを目的とする。登場人物が瘦身体型であることが確認されることによって, 身体不満へのメディアの影響についての前提が成立し, 社会的比較などによる影響プロセスが解釈可能になる。なお, その際には, いくつかの対象の種類を扱う。まず, 女性の芸能人, 女性の K-POP アイドルといった若年層が接触する対象を扱い検討する。さらに, インターネットメディアに特有の登場人物である, 女性の YouTuber も対象として検討することとする。

方 法

分析対象

以下の3種について, インターネット上のページに掲載されているデータを分析対象とした。これらのページは, 身長と体重のデータが相対的にある程度まとまってあること, 他に類するものがないことなどを基準に選定した。

1) 女性芸能人: 「身長順! 人気女性芸能人の体重, スタイルまとめ (<https://renote.net/articles/197858>)」に掲載されていた女性 185 名のうち, 身長と体重がそろっていた女性 148 名のデータ。

2) 女性 K-POP アイドル: 「現役 K-POP アイドル

の 150 人の体重をまとめました【最新版】 (<https://k-pop-idol.com/?p=4876>)」に掲載されていた女性 150 名のデータ (全員, 身長と体重の記載あり)。

3) 女性 YouTuber: 「【2023 年版】YouTuber の身長 & 体重まとめ 100 人以上一覧 (<https://youtuber-world-v.com/youtuber-height-weight/>)」の女性 56 名のうち, 身長と体重がそろっていた 29 名のデータ。

手続き

記載されているデータのうち, 身長と体重がそろっているものを抽出し, 各個人の Body Mass Index (BMI; 体重(kg)/身長(m)²) を算出し, 分析に使用した。それぞれの web ページは, 2024 年 10 月 6 日に最終的な確認をおこなった。

結 果

「女性芸能人」の BMI 分布を Figure 1 に示す。モードが 16.5 であり, やや右側に裾野が広いが, 基本的には左右対称の分布であった。また, $M = 17.1$, $Me = 17.0$, $skewness = 0.63$, $kurtosis = 1.52$ であった。

「女性 K-POP アイドル」の BMI 分布を Figure 2 に示す。モードが 16.5 であり, やや左側に裾野が広い分布であった。また, $M = 17.1$, $Me = 17.2$, $skewness = -0.11$, $kurtosis = 0.7$ であった。

「女性 YouTuber」の BMI 分布を Figure 3 に示す。モードが 16.5 であり, やや右側に裾野が広い分布であった。また, $M = 19.2$, $Me = 18.0$, $skewness = 3.89$, $kurtosis = 17.96$ であった。視認により外れ値が確認されたため, そのデータ 1 つを除外した分析もおこなったところ, $M = 18.4$, $Me = 18.0$, $skewness = 0.95$, $kurtosis = 1.34$ であった。

考 察

本研究は, メディアの登場人物の体型が瘦身体型に偏っているかを確認することを目的とした。対象としては, 女性の芸能人, K-POP アイドル, そして YouTuber を対象とした。

Web 上のデータを分析したところ, いずれの対象においても, 瘦身体型に偏っていることが確認された。一般的な体型については, 国民健康・栄養調査において, 20 歳代の BMI の平均値は 21.00 (標準偏差は 2.9), 30 歳代の BMI の平均値は 21.70 (標準偏差は 3.50) であることが

Figure1 女性芸能人の BMI 分布

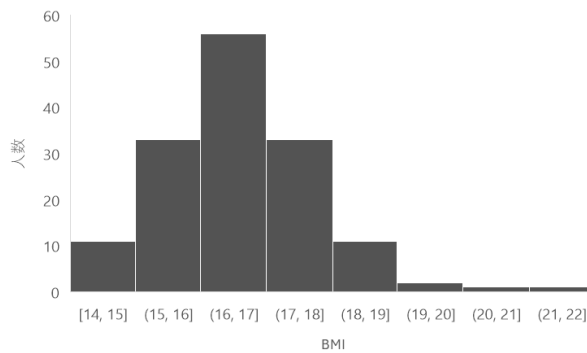


Figure 2 女性 K-POP アイドルの BMI 分布

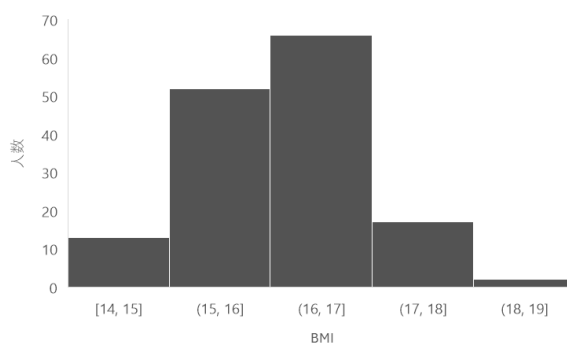
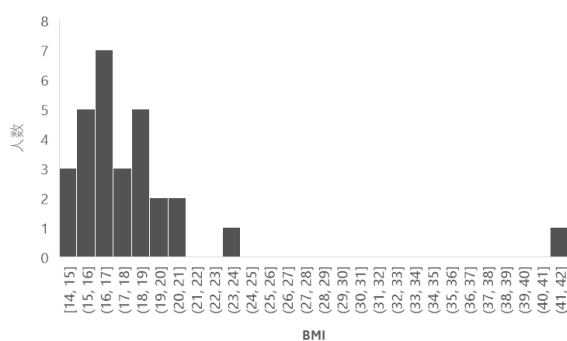


Figure 3 女性 YouTuber の BMI 分布



確認できる (厚生労働省, 2020)。今回のモードはいずれも 16.5 であり、それよりも低い値であった。また、平均値と中央値も、基本的に 18.5 を下回っていた。さらに、健康日本 21 (厚生労働省, 2023) においては、減らすべき「やせの者」の基準として、BMI で 18.5 未満とされているが、今回のモードはそれをも下回っており²⁾、そして、対象のほとんどが同年代の平均値を下回っていた。つまり、それぞれの登場人物の多くが一般人の平均よりも痩せていて、さらに、「やせの者」の基準を満たしていることが示されたといえる。このことから、メディアにおいては、一般の人よりも瘦身体型である者が登場

している傾向があることが確認できたといえる。人々がそれを見て、そして影響を受けているであろうことが推測される。

興味深いことに、見た目を最たる評価軸としているわけではないはずの YouTuber であっても、体型が痩身に偏っていることが確認されている。必ずしも見た目が必須とされない立場であっても、痩身をよしとする現状においては、その価値観が反映され、瘦身体型であることが求められている可能性、またそれに応じている可能性が示唆される。

ただ、瘦身体型の者を見たからと言って、それが直接に身体不満に影響を及ぼすとは限らない。痩身をよしとする考えが無ければ、瘦身体型との接触は大きな影響を及ぼさない可能性もある。痩身をよしとする信念なども扱い、交互作用的な影響についても今後は検討を進めていく必要がある。

今回の知見には問題も認められる。一つ目として、web 上に掲載されているデータが正しい数値という保証が無いということである。まず、オフィシャルに公表されているデータだとしても、それが真実であるという保証は無い。実際よりも小さい BMI となる体重である可能性、つまり、実際より痩せた体型を公表値としている可能性がある³⁾。その点で、今回の値に偏りが生じている可能性がある。二つ目として、今回は、掲載されている個々の人物のデータの出典までは確認していない。そのため、各サイトでまとめた人の誤解やミス、もしくは、抽出の偏りなどが起きている可能性がある。その点では、厳密性に欠ける資料であることは否定できない。三つ目として、刺激の年齢層として、やや幅が広がっていることも挙げられる。より年齢層を低年齢に絞るなどした上で検討することも有用と考えられる。

とはいえ、その公表されている数値を、閲覧者は目にし、そこで意味を持つものとなる。今回扱ったサイト以外にも、女性芸能人の体重が記載されていたり、または、ニュースなどで女性芸能人の減量報告という形で体重が公開されていたりする。それらの値は、一般よりも痩身の値である。そして、その値の正確さよりも、その値そのものの小ささが有する影響力が存在するため、その数値には意味があることとなる。つまり、真実であってもなくても、たとえ

ば、憧れる対象の BMI が 16 と記載されていれば、その値と自身の体型との社会的比較が生じて、身体不満が生じるということがありうる。

したがって、データの信憑性の問題、また、参照としたページの選択の適切さといった問題は残るものの、現在の人々が触れる環境を部分的にはあるが明らかにしえたといえよう。

メディアとの接触が及ぼす影響については、これまでも数多くの検討がおこなわれてきている。しかし、特に日本においては検討が限られている。また、従来のマスメディアとは異なるインターネットメディアにおける影響については、さらに検討が限られる。SNS 利用がどのように身体不満に影響を及ぼすのか、登場人物の体型の影響という観点からの検討も必要といえる。

注

- 1) ここでの *kurtosis* は、正規分布であれば 0。
- 2) WHO による「痩せぎみ」である 18.5 のみならず、やせの基準である 17 を下回っている。体格や環境によって適切な BMI の範囲は異なってくると考えられるが、世界基準であっても瘦身体型といえる。
- 3) 身長を実際より高く公表している場合もありえる。

利益相反

申告すべき利益相反は無い。

引用文献

- Groesz, L. M., Levine, M. P., & Murnen, S. K. (2002). The effect of experimental presentation of thin media images on body satisfaction: a meta-analytic review. *International Journal of Eating Disorders*, 31(1), 1–16.
- 厚生労働省 (2020). 令和元年国民健康・栄養調査報告 Retrieved November 24, 2024, from <https://www.mhlw.go.jp/content/001066903.pdf>
- 厚生労働省 (2023). 健康 21 (第三次) 厚生労働省 Retrieved October 6, 2024, from <https://www.mhlw.go.jp/content/001102474.pdf>
- Myers, T. A., Ridolfi, D. R., Crowther, J. H., & Ciesla, J. A. (2012). The impact of appearance-focused social comparisons on body image disturbance in the naturalistic environment: the roles of thin-ideal internalization and feminist beliefs. *Body Image*, 9(3), 342–351. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2012.03.005>
- 向井隆代・増田めぐみ・山宮裕子 (2018). 女子におけるダイエット行動とメディアの影響—小・中・高・大学生を対象とした横断的調査より— 青年心理学研究, 30(1), 41–51.
- 小澤夏紀・富家 直明・宮野 秀市・小山 徹平・川上 祐佳里・坂野 雄二 (2005). 女性誌への曝露が食行動以上に及ぼす影響 心身医学, 45(7), 521–529.
- 佐々木 孝侍 (2012) ファッション誌と痩身志向—モデルに対する憧憬と親近感及び読書傾向の視座からの実証的検討— マス・コミュニケーション研究, 80, 231–248.
- Sypeck, M. F., Gray, J. J., Etu, S. F., Ahrens, A. H., Mosimann, J. E., & Wiseman, C. V. (2006). Cultural representations of thinness in women, redux: Playboy magazine's depiction of beauty from 1979 to 1999. *Body Image*, 3(3), 229–235.
- Vandenbosch, L. P. (2017). Media representation: Health and body images. In P. Rössler, C.A. Hoffner & L. Zoonen (Eds.), *The International Encyclopedia of Media Effects*. <https://doi.org/10.1002/9781118783764.wbieme0145> Wiley.
- Yan, Y., & Bissell, K. (2014). The Globalization of Beauty: How is Ideal Beauty Influenced by Globally Published Fashion and Beauty Magazines? *Journal of Intercultural Communication Research*, 43(3), 194–214.

メディアの登場人物が瘦身体型に偏っており、そのことが人々の身体不満に関連していると言われている。本研究は、メディアの女性の登場人物の体型についてどの程度痩身であるかを確認することを目的とした。女性の芸能人、K-POP アイドル、YouTuber について、2024 年時点でインターネット上でまとめられているページのデータを元に、BMI 分布を確認した。その結果、一般よりも瘦身体型に偏っていることが確認された。その数値の意味と影響力について考察をおこなった。

キーワード：ボディイメージ, メディア, BMI

— 2024. 10. 24 受稿, 2025. 2. 12 受理 —